

RESISTERE, PEDALARE, RESISTERE

Gita di Domenica 2 maggio

Ripercorriamo insieme i luoghi della Liberazione di Abbiategrasso tra il 23 e il 30 aprile 1945, seguendo il racconto della Società Storica Abbiatense “I venti mesi della città di Abbiategrasso”.



LOCALITA': **Strade della valle del Ticino in direzione di Bereguardo.**

DATA: **Domenica 2 maggio 2021**

PUNTO di RITROVO: **piazza Castello, Abbiategrasso**

PARTENZA: **ore 10,00**

RIENTRO PREVISTO: **verso le ore 17.00**

PERCORSO: **FACILE** su asfalto o sterrato in buone condizioni

DISTANZA TOTALE: **km 55 (A + R)**

PRANZO: **AL SACCO** previsto in spazio aperto e adeguato

DESCRIZIONE DEL PERCORSO: Dai luoghi nella città raggiungeremo la Ca' di Biss, poi la Soria e da qui stando in vallata Bereguardo.

Quota assicurazione: € 3,00 (soci Fiab)

ISCRIZIONI entro Venerdì 30 aprile al 349 4629 942 (SMS o WhatsApp o telefonare) oppure mail a fiababbiateinbici@gmail.com. Indicare il proprio nome e il numero di cellulare.

In caso di maltempo la gita sarà annullata.



Avvertenze: Indossare la mascherina finché non si sta pedalando fuori città (può essere tolta solo durante l'attività fisica intensa).

Avvertenze obbligatorie

Mantenere la distanza interpersonale (sempre 1 metro, 2 metri durante la pedalata). Non stare appaiati e non creare mai assembramento. E' vietata la partecipazione a chi ha sintomi da infezione respiratoria, temperatura maggiore di 37,5 °C o sottoposto a quarantena.

Se nelle successive due settimane il partecipante dovesse manifestare sintomi riconducibili al coronavirus, si impegna a comunicare al medico di aver partecipato alla cicloescursione.

FIAB ABBIATEinBICI non si assume responsabilità alcuna per eventuali incidenti e conseguenze derivanti da danni a cose o persone che si verificassero prima, durante e dopo le gite.

Norme applicate dalla FIAB

La buona riuscita di ogni ciclo-escursione dipende dalla partecipazione responsabile degli iscritti e dallo spirito di collaborazione con gli accompagnatori, che sono volontari dell'associazione. Si ricorda a tutti i partecipanti che è sempre obbligatorio il rispetto delle norme del Codice della Strada oltre al regolamento gite (<http://www.abbiateinbici.it/Documenti/Regolamento%20gite-2016.pdf>) e che prudenza e buon senso aiutano a prevenire incidenti.

Gli strumenti di sicurezza attiva e passiva (freni, campanello, luci e catadiottri) devono essere presenti e in condizioni di buona efficienza.

L'uso del casco, anche quando non obbligatorio, è sempre raccomandato.

Il presente programma non costituisce iniziativa turistica organizzata né attività sportiva, bensì attività sociale ricreativa-ambientale che viene svolta per il raggiungimento degli scopi statutari dell'associazione.

L'iscrizione alle gite è da ritenersi come autocertificazione di idoneità fisica. Il D.L. n. 69/2013 all'art. 42-bis prevede che "l'attività ludico-motoria e amatoriale" non richiede certificato medico.

Ciò non esclude la raccomandazione di rivolgersi al medico curante nei casi in cui si passi dalla sedentarietà ad uno stile di vita particolarmente attivo.